# 臺南市立建興國民中學115學年度第一學期八年級(體育專長領域)課程計畫

| 課程名稱 | 棒球專項 | 實施年級<br>(班級組別) | 八年級 | 教學節數 | 本學期共( 42 )節 |
|---|---|---|---|---|---|
| 課程規範 | ◎□領域學習課程-部定專長領域<br>□藝術才能班部定專長領域　□體育班部定體育專業<br>◎□彈性學習課程-特殊需求領域課程<br>專業課程：□藝術才能班校訂專長領域 ■體育班校訂體育專長 | | | | |
| 設計理念 | 藉由對棒球運動的興趣，進而發展為專長能力。 | | | | |
| 本教育階段總綱核心素養或校訂素養 | 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能。 | | | | |
| 課程目標 | 透過學習、訓練，提升技能及團隊合作。 | | | | |

課程架構脈絡

| 教學期程 | 節數 | 單元與活動名稱 | 學習表現 | 學習內容 | 學習目標 | 學習活動 | 學習評量<br>評量方式 | 自編自選教材<br>或學習單<br>使用教具或器材 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 第 01 週<br>8/31-9/4<br>8/31 開學日 | 2 | 體能訓練 | A1 身心素質與自我精進 | J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | 體適能的能力 | 講解<br>示範<br>操作 | 測驗 | 自編教材 |
| 第 02 週<br>9/7-9/11 | 2 | 體能訓練 | A1 身心素質與自我精進 | J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | 體適能的能力 | 講解<br>示範<br>操作 | 測驗 | 自編教材 |
| 第 03 週<br>9/14-9/18 | 2 | 傳接球訓練 | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 傳球的動作及接球的移位 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 第 04 週<br>9/21-9/25<br>中秋連假<br>(9/25-9/28) | 2 | 打擊訓練 | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 打擊的動作及擊球力道 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 05 週<br>9/28-10/2<br>中秋連假<br>(9/25-9/28) | 2 | 打擊訓練 | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 打擊的動作及擊球力道 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 06 週<br>10/5-10/9<br>第一次段考 | 2 | 跑壘訓練 | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 跑壘觀念與指導教練的配合 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 07 週<br>10/12-10/16 | 2 | 專項守備<br>(捕手、內野、外野) | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 守備時對來球的判斷及處理 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 08 週<br>10/19-10/23 | 2 | 投手訓練 | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 投手投球動作及球路訓練 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 09 週<br>10/26-10/30<br>光復節連假 | 2 | 綜合守備 | A3 規劃執行與創新應變 | J-A3 具備善用資源已擬定計畫，有效執行，並發揮主動學習與創新求變的素養。 | 能做好基本守備並與隊友作配合 | 講解<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 第 10 週<br>11/2-11/6<br>校慶運動會 | 2 | 守備戰術演練 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能與隊友作守備配合 | 講解<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 11 週<br>11/9-11/13 | 2 | 攻擊戰術演練 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能與隊友作攻擊配合 | 講解<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 12 週<br>11/6-11/20 | 2 | 模擬比賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 13 週<br>11/23-11/27<br>第二次段考 | 2 | 分組比賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 14 週<br>11/30-12/4 | 2 | 友誼賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 15 週<br>12/7-12/11 | 2 | 體能訓練<br>(恢復、協調) | B3 藝術涵養與美感素養 | J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 | 檢討訓練比賽內容及身心理的調整 | 講解<br>示範<br>操作 | 測驗 | 自編教材 |
| 第 16 週<br>12/14-12/18 | 2 | 體能訓練<br>(肌力、肌耐力) | A1 身心素質與自我精進 | J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | 體適能的能力 | 講解<br>示範<br>操作 | 測驗 | 自編教材 |
| 第 17 週<br>12/21-12/25<br>行憲紀念日連假 | 2 | 體能訓練<br>(爆發力) | A1 身心素質與自我精進 | J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | 體適能的能力 | 講解<br>示範<br>操作 | 測驗 | 自編教材 |
| 第 18 週<br>12/28-1/1 | 2 | 體能訓練 | A1 身心素質與自我精進 | J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、 | 體適能的能力 | 講解<br>示範 | 測驗 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 元旦連假<br>戶外教學週 | | | | 探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | | 操作 | | |
| 第 19 週<br>1/4-1/8 | 2 | 傳接球訓練 | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 傳球的動作及接球的移位 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 20 週<br>1/11-1/15 | 2 | 專項守備<br>(捕手、內野、外野) | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 打擊的動作及擊球力道 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 21 週<br>1/18-1/19<br>**第三次段考**<br>休業式(1/20) | 2 | 打擊訓練 | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 打擊的動作及擊球力道 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

# 臺南市立建興國民中學115學年度第二學期八年級(體育專業領域)課程計畫

| 課程名稱 | 棒球專項 | 實施年級<br>(班級組別) | 八年級 | 教學節數 | 本學期共( 42 )節 |
|---|---|---|---|---|---|
| 課程規範 | ◎□領域學習課程-部定專長領域<br>□藝術才能班部定專長領域　□體育班部定體育專業<br>◎□彈性學習課程-特殊需求領域課程<br>專業課程：□藝術才能班校訂專業領域■體育班校訂體育專長 | | | | |
| 設計理念 | 藉由對棒球運動的興趣，進而發展為專長能力。 | | | | |
| 本教育階段總綱核心素養或校訂素養 | 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能。 | | | | |
| 課程目標 | 透過學習、訓練，提升技能及團隊合作。 | | | | |

課程架構脈絡

| 教學期程 | 節數 | 單元與活動名稱 | 學習表現 | 學習內容 | 學習目標 | 學習活動 | 學習評量<br>評量方式 | 自編自選教材<br>或學習單<br>使用教具或器材 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 第01週<br>2/11-2/12<br>2/11開學日 | 2 | 傳接球訓練 | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 傳球的動作及接球的移位 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第02週<br>2/15-2/19 | 2 | 專項守備<br>(捕手、內野、外野) | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 守備時對來球的判斷及處理 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第03週<br>2/22-2/26 | 2 | 投手訓練 | B2 科技資訊與媒體素養 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 投手投球動作及球路訓練 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第04週 | 2 | 打擊訓練 | B2 科技資訊與媒 | J-B2 具備善用相關科技、資訊及 | 打擊的動作 | 講解 | 實際練習 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3/1-3/5<br>228 連假 | | | 體素養 | 媒體，以增進競技運動學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。 | 及擊球力道 | 示範<br>操作 | | |
| 第 05 週<br>3/8-3/12 | 2 | 攻擊戰術演練 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能與隊友作攻擊配合 | 講解<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 06 週<br>3/15-3/19 | 2 | 守備戰術演練 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能與隊友作守備配合 | 講解<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 07 週<br>3/22-3/26<br>第一次段考 | 2 | 模擬比賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 08 週<br>3/29-4/2 | 2 | 分組比賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 09 週<br>4/5-4/9<br>清明連假 | 2 | 友誼賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 10 週<br>4/12-4/16 | 2 | 友誼賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 11 週<br>4/19-4/23 | 2 | 友誼賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 12 週<br>4/26-4/30<br>勞動節連假 | 2 | 友誼賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 13 週<br>5/3-5/7 | 2 | 友誼賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧 | 能利用個人球技融入團 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 第二次段考 | | | | 互動的素養。 | 隊作戰 | | | |
| 第 14 週<br>5/10-5/14 | 2 | 體能訓練<br>(恢復、協調) | B3 藝術涵養與美感素養 | J-B3 具備審美與表現的能力，了解競技運動在美學上的特質與表現方式，以增進生活中豐富的美感體驗。 | 檢討訓練比賽內容及身心理的調整 | 講解<br>示範<br>操作 | 測驗 | 自編教材 |
| 第 15 週<br>5/17-5/21 | 2 | 體能訓練<br>(肌力、肌耐力) | A1 身心素質與自我精進 | J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | 體適能的能力 | 講解<br>示範<br>操作 | 測驗 | 自編教材 |
| 第 16 週<br>5/24-5/28 | 2 | 體能訓練<br>(爆發力) | A1 身心素質與自我精進 | J-A1 具備良好的身心發展之能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 | 體適能的能力 | 講解<br>示範<br>操作 | 測驗 | 自編教材 |
| 第 17 週<br>5/31-6/4 | 2 | 傳接球基本 | B1 符號運用與溝通表達 | J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 | 傳接球觀念 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 18 週<br>6/7-6/11 | 2 | 打擊基本 | B1 符號運用與溝通表達 | J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 | 打擊觀念 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 19 週<br>6/14-6/18<br>畢業典禮<br>(6/19) | 2 | 跑壘基本 | B1 符號運用與溝通表達 | J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。 | 跑壘觀念 | 講解<br>示範<br>操作 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 20 週<br>6/21-6/25 | 2 | 分組比賽 | C2 人際關係與團隊合作 | J-C2 具備利他與和群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 能利用個人球技融入團隊作戰 | 操作<br>檢討 | 實際練習 | 自編教材 |
| 第 21 週 | 2 | 分組比賽 | C2 人際關係與團 | J-C2 具備利他與和群的知能與態 | 能利用個人 | 操作 | 實際練習 | 自編教材 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6/28-6/30<br>**第三次段考**<br>休業式(6/30) | | | 隊合作 | 度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。 | 球技融入團隊作戰 | 檢討 | | |

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。